Согласовано:
Директор
_____(ФИО директора)
Дата:_____г.

Утверждаю:
Директор ООО "Общепит
Сапиров Р.Ш.
Дата: 03.06.2025 г.

Десятидневное меню для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 03.06.2025г
Весенне-летний сезон.

					День 7 (Вторник)											
					Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак		Бутерброд с маслом сливочным	40(30/10)	13,44	146,2	2,36	8,49	14,66	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
	175	Каша из риса и пшена с маслом	200/5	20,92	259,24	5,97	11,4	33,09	0,1	1,3	0,06	0,21	127,36	156,69	36,4	0,77
	377	Чай с лимоном	200(15/7)	3	58,16	0,16	0,03	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04
		Итого завтрак	**440**	**37,36**	**464,6**	**6,13**	**11,43**	**48,29**	**0,1**	**4,1**	**0,06**	**0,22**	**130,16**	**158,23**	**37,24**	**0,81**
Завтрак 2																
	338	Яблоки св.порциями	100	13,5	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
Обед	30	Салат из свежих помидоров	60	12,97	66	0,6	6,12	2,1	0,02	9,9	0,02	1,64	7,8	0	0	0,48
	88	Щи из свежей капусты с картоф.со сметаной	205(200/5)	13,56	79,76	1,5	4,94	6,49	0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	40,01	17,79	0,61
	304	Рис отварной с маслом	200	20,98	279,6	4,86	7,16	48,92	0,04	0	0,04	2,41	1,82	81,26	21,78	0,7
	234	Котлеты рыбные с соусом	100(50/50)	24,63	118,76	7,21	5	10,92	0,06	0,62	0,03	2,54	45,26	102,07	8,82	0,4
	349	Компот из сухофруктов	200	5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0
		Хлеб Дарницкий	30	2,22	73,5	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Хлеб пшеничный	30	2,22	73,5	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
		Итого	**825**	**81,58**	**817,17**	**19,38**	**23,74**	**110,36**	**0,19**	**28,56**	**0,3**	**8,53**	**92,07**	**236,34**	**51,19**	**2,43**
Полдник		Пряники	50	9,6	181	2,65	2,75	35,95	0	0	0	0	0	0	0	0
	376	Чай с сахаром	200(15)	2,5	56,85	0,1	0,03	14,99	0	0	0	0	0	0	0	0
		Итого полдник	**250**	**12,1**	237,85	2,75	2,78	50,94	0	0	0	0	0	0	0	0